

Vepřové maso s jablky a zázvorem



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 12min
Celkový čas: 32min , Porce: 4

1495 kalorií , **3 g** cukrů , **24 g** tuků , **88 g** bílkovin

Autor: Šéfredaktor

Odkaz: <https://srecepty.cz/veprove-maso-s-jablky-a-zazvorem>

Příprava

Rozehřejte olej na pánvi a osmažte vepřové maso při vysoké teplotě cca 6 až 8 minut. Přidejte rozdrcený česnek, na nudličky nastrouhaný zázvor, nasekané chilli, jablka nakrájená na čtvrtinky, mrkev nakrájenou/nastrouhanou na delší tenké plátky, malé růžičky brokolice a smažíme za stálého míchání 4 minuty. Nudle uvařte podle návodu a přidejte k ostatním surovinám ke smažení. Po chvilce vsypte do mísy a přidejte šťávu z limetky, promíchejte a můžete podávat.

Ingredience

- 1/2 lžice rostlinného oleje
- 300 g vepřové panenky
- 1 stroužek česneku
- 5 cm zázvoru
- 1 zelená chilli
- 2 malá jablka
- 2 mrkve
- 150 g brokolice
- 300 g rýžových nudlí
- šťáva z jedné limetky

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Maso, Zelenina, Něco extra, Návštěva, Rodina, Hlavní chod, Salát

